

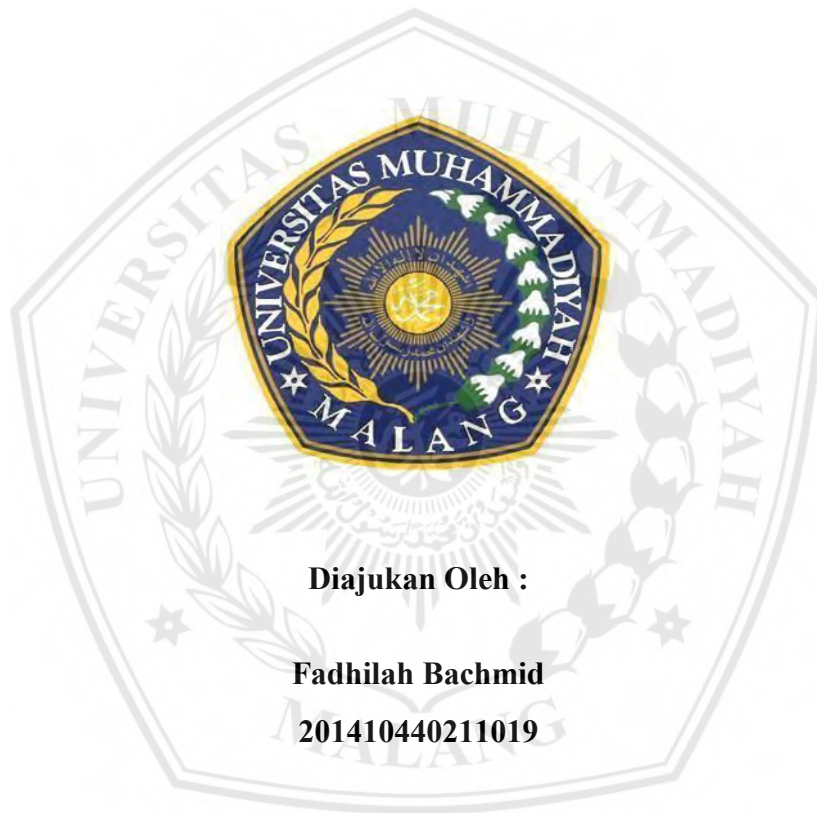
# **Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Maluku Di Malang**

## **TESIS**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan**

**Memperoleh Derajat Gelar S-2**

**Magister Psikologi**



**Diajukan Oleh :**

**Fadhilah Bachmid**

**201410440211019**

**PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG  
MARET 2019**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PROKRASITINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA MALUKU DI  
MALANG**

**FADHILAH BACHMID**

**201410440211019**

Telah disetujui

Pada hari/tanggal, **Jumat/ 29 Maret 2019**

Pembimbing Utama



**Dr. Iswinarti, M.Si**

Direktur  
Program Pascasarjana



**Am, Ph.D**

Pembimbing Pendamping



**Dr. Hj. Diah Karmiyati, M.Si**

Ketua Program Studi  
Magister Psikologi



**Dr. Iswinarti, M.Si**

# TESIS

**FADHILAH BACHMID**

**201410440211019**

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji  
pada hari tanggal, Jumat/ **29 Maret 2019**  
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan  
memperoleh gelar Magister Sains di Program Pascasarjana  
Universitas Muhammadiyah Malang

## SUSUNAN DEWAN PENGUJI

|                      |  |
|----------------------|--|
| Ketua / Penguji      | : Dr. Iswinarti, M.Si                  |
| Sekretaris / Penguji | : Dr. Hj. Diah Karmiyati, M.Si         |
| Penguji              | : Dr. Rr Siti Suminarti Fasikhah, M.Si |
| Penguji              | : Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si     |

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : **FADHILAH BACHMID**

NIM : **201410440211019**

Program Studi : **Magister Psikologi Sains**

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul **Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Maluku Di Malang** adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
  2. Apabila ternyata dalam Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALAKAN** serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
  3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.
- Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 23 Maret 2019

Yang menyatakan,



**FADHILAH BACHMID**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas kasih karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul **“Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Maluku Di Malang”** yang dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat guna mencapai gelar kesarjanaan Strata 2 (S2) Program Magister Psikologi Sains Universitas Muhammadiyah Malang. terselesaikannya penulisan ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah membantu baik dalam proses penelitian maupun selama penulisan. Ucapan terimakasih ini disampaikan kepada :

1. Drs. H. Fauzan, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Akhsanul In'am, Ph.D selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Dr. Iswinarti. M.Si selaku Kaprodi Magister Sains Psikologi sekaligus dosen pembimbing utama yang telah banyak memberikan arahan yang sangat berguna dan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan sampai penulis menyelesaikan tesis ini.
4. Dr. Hj. Diah Karmiyati, M.Si selaku Wakil Direktur I Program Pascasarjana sekaligus dosen pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan arahan yang sangat berguna dan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan sampai penulis menyelesaikan tesis ini.
5. Seluruh staf pengajar Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
6. Seluruh partisipan penelitian serta pihak lain yang bertanggung jawab membantu hingga selesainya penelitian ini.
7. Mama tercinta Irianti Helut, yang doanya dan kekuatannya telah menjadi nafas dan semangat bagi penulis dalam menyelesaikan studi dan tesis ini.



8. Abang Ferchad, kakak Chia, ponakan tersayang (Raisa, Hasan dan Husein), keluarga besar Helut, ameh Majdah Bachmid, terimakasih atas dukungan dan doanya. Dukungan dan doa kalian merupakan sumber motivasi bagi penulis untuk menyelesaikan tesis ini.
9. Bpk. Abdul Halim Kotarumalos yang banyak mendoakan penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
10. Bonny Taurusia Panji yang setia menemani kala suka dan duka, menjadi teman penghibur ketika penulis mulai suntuk menyelesaikan Tesis. Doa dan dukungan tiada henti untuk lulus, serta kesabaran dalam menghadapi emosi penulis. Terimakasih untuk selalu ada dan membuat penulis merasa berarti.
11. Rekan-rekan seperjuangan “Pejuang Tesis” Progam Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Terimakasih untuk perjuangan kita dalam penyelesaian Tesis.
12. Semua pihak yang membantu dalam penyelesaian Tesis ini (Fara Bachmid, Aulia Saing, Ejon, Ricko Suat, Nani, Fuad, Azza, Aulia Jayanti, Mbak Fifi, Mbak Sisil, Uni Yani, Juju, Ayunda, Ayik). Dan banyak lagi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih yang tak terhingga atas bantuan yang diberikan.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan dalam penyusunan Tesis ini, maka dari itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan sebagai acuan kedepannya.

Malang, 22 Maret 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

|  |            |
|--|------------|
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>   | <b>i</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>   | <b>ii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>   | <b>iii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>  | <b>iv</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>   | <b>v</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>  | <b>vi</b>  |
| <b>PENDAHULUAN</b>   |            |
| <b>Latar Belakang.....</b>   | <b>1</b>   |
| <b>Rumusan Masalah.....</b>  | <b>4</b>   |
| <b>Tujuan Penelitian .....</b>   | <b>4</b>   |
| <b>TINJAUAN TEORI</b>  |            |
| <b>Prokrastinasi Akademik.....</b>   | <b>5</b>   |
| <b>Prokrastinasi Dalam Perspektif Islam .....</b>                                    | <b>6</b>   |
| <b>Prokrastinasi Dalam Perspektif Teori .....</b>                                    | <b>6</b>   |
| <b>Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik .....</b>                     | <b>6</b>   |
| <b>Hubungan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik .....</b>                  | <b>7</b>   |
| <b>Hubungan Efikasi diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik .....</b> | <b>8</b>   |
| <b>Kerangka Konseptual .....</b>   | <b>9</b>   |
| <b>Hipotesis Konseptual .....</b>  | <b>9</b>   |
| <b>METODE PENELITIAN</b>   |            |
| <b>Desain Penelitian .....</b>   | <b>10</b>  |
| <b>Subjek Penelitian.....</b>  | <b>10</b>  |
| <b>Instrumen Penelitian.....</b>   | <b>11</b>  |
| <b>Prosedur Penelitian.....</b>  | <b>11</b>  |
| <b>Analisis Data .....</b>   | <b>12</b>  |

|  |           |
|--|-----------|
| <b>HASIL PENELITIAN .....</b>              | <b>12</b> |
| <b>Deskripsi Variabel Penelitian .....</b> | <b>12</b> |
| <b>Uji Signifikan Simultan .....</b>       | <b>13</b> |
| <b>Analisis Linier Berganda.....</b>       | <b>13</b> |
| <b>PEMBAHASAN .....</b>                    | <b>14</b> |
| <b>SIMPULAN DAN IMPLIKASI.....</b>         | <b>16</b> |
| <b>REFRENSI .....</b>                      | <b>18</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                       | <b>22</b> |





## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 1. Deskripsi Karakteristik Subjek .....  | 10 |
| Tabel 2. Deskripsi Variabel.....               | 13 |
| Tabel 3. Uji Signifikan Simultan .....         | 13 |
| Tabel 4. Analisis Regresi Linier berganda..... | 14 |



## DAFTAR GAMBAR

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| Gambar 1. Kerangka Konseptual ..... | 9 |
|-------------------------------------|---|



# **Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Maluku Di Malang**

[fadhilahbachmid10@gmail.com](mailto:fadhilahbachmid10@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Prokrastinasi merupakan perilaku penundaan yang sering terjadi di kalangan mahasiswa, prokrastinasi juga terkait dengan kemampuan mahasiswa mengatur waktu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Maluku. Penelitian ini melibatkan 120 mahasiswa yang berasal dari Maluku yang menempuh pendidikan di Malang angkatan 2016-2018. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala prokrastinasi diukur menggunakan *Academic Procrastination Scale* (APS), skala efikasi diri diukur dengan menggunakan *Self Efficacy Scale*, skala dukungan sosial diukur menggunakan skala *Child and Adolescent Social Support* (CASS). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, prosedur yang dipilih adalah desain korelasional dan analisis data menggunakan analisis regresi berganda dengan bantuan SPSS 25. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik ( $r = -0,535$ ,  $p=0,000$ ), dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik ( $r = -0,522$ ,  $p= 0,029$ ).

Kata kunci : Efikasi diri, Dukungan Sosial, Prokrastinasi Akademik

# **The Relationship Between Self-Efficacy And Social Support For Academic Procrastination In Mollucan Students in Malang**

[fadhilahbachmid10@gmail.com](mailto:fadhilahbachmid10@gmail.com)

## **ABSTRACT**

*Procrastination is a delaying behavior that often occurs among students, procrastination is also related to the ability of students in time management. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and social support for academic procrastination in Mollucan students. This study involved 120 students from Maluku who studied in Malang in 2016-2018. Data collecting in this study is using the procrastination scale was measured by using Academic Procrastination Scale (APS), the self-efficacy scale was measured using the Self Efficacy Scale, the social support scale was measured using the Child and Adolescent Social Support (CASS) scale. This study is using a quantitative approach, the procedure chosen is correlational design and data analysis using multiple regression analysis with the help of SPSS 25. The results showed that there was a significant negative relationship between self-efficacy and academic procrastination ( $r = -0.535$ ,  $p = 0,000$ ), and social support with academic procrastination ( $r = -0,522$ ,  $p = 0,029$ ).*

*Keywords: Self-efficacy, Social Support, Academic Procrastination*

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Pendidikan berperan penting dalam meningkatkan sumberdaya manusia hingga dapat hidup mandiri, pendidikan memiliki peranan penting sebagai wadah pemberdayaan menuju kepribadian yang mandiri dan bertanggung jawab. Menurut Gushepik (2013) pendidikan merupakan kebutuhan dasar untuk mencapai pengembangan diri, seperti kepribadian dan identitas diri. Pada era ini, setiap orang tua meyakini bahwa pendidikan tertinggi menjamin masa depan anaknya dan semakin besar peluang untuk meraih cita-cita. Pemikiran seperti ini, membuat orang tua memberikan pendidikan tertinggi pada anaknya hingga perguruan tinggi. Pendidikan di perguruan tinggi merupakan proses pembelajaran dan interaksi antara dosen dan mahasiswa.

Mahasiswa sebagai bagian dari institusi pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan berbagai potensi diri secara optimal, mahasiswa selalu dihadapkan pada tugas-tugas, baik yang bersifat non akademik maupun akademik dan dituntut untuk dapat memenuhi tugas-tugasnya tersebut (Saman, 2017). Menurut Ainslie (2005) pengaturan diri dan manajemen waktu yang kurang baik dalam mengerjakan tugas kuliah merupakan fenomena akademik. Rahardjo, Juneman, dan Stianai (2013) menambahkan bahwa mahasiswa memiliki banyak tugas dan aktivitas perkuliahan yang harus diselesaikan terkait dengan pencapaian kompetensi akademik. Tugas-tugas perkuliahan tersebut memiliki berbagai tingkat kesulitan, hingga dapat membuat mahasiswa menjadi malas-malasan dan cenderung untuk menunda menyelesaikan tugas.

Kecenderungan menunda menyelesaikan tugas kemudian melakukan kegiatan lain hingga tugas tidak selesai disebut juga dengan prokrastinasi, tapi tidak semua kegiatan penundaan bisa disebut prokrastinasi. Steel (2010) menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku penundaan dalam mengerjakan atau menyelesaikan pekerjaan yang dilakukan secara sengaja untuk menghindari kesulitan. Menurut Ferrari dan Díaz-morales (2007) prokrastinasi ialah perilaku penundaan yang berdampak pada hasil penyelesaian tugas yang tidak maksimal, serta banyak waktu terbuang sia-sia.

Perilaku prokrastinasi merupakan sebuah masalah atau suatu fenomena yang sudah lama diteliti. Penelitian terdahulu oleh Solomon, Rothblum, Kelly, dan Ellen Portini (1984) mengenai frekuensi penundaan pada dan alasan melakukan penundaan pada 342 mahasiswa, menunjukan sebanyak 46% mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas. Onwuegbuzie (2010) menemukan sekitar 40% - 60% dari 135 siswa melakukan prokrastinasi akademik. Sementara penelitian lain yang dilakukan oleh Ferrari, Callaghan dan Newbegin (2015) menyatakan bahwa kisaran 70%-95% terjadi di kalangan mahasiswa. Mahasiswa dengan perilaku prokrastinasi yang tinggi cenderung memiliki efikasi diri yang rendah dan akan berdampak pada hasil pencapaian nilai (Jackson, 2012).

Dampak dari prokrastinasi dapat memberikan pengaruh yang kurang baik, menurut Rakes dan Dunn (1998) kualitas dan kuantitas karya siswa sangat dipengaruhi oleh perilaku prokrastinasi. Sementara Cao (2012) mengatakan prokrastinasi memberikan dampak negatif pada prestasi akademik, kesejahteraan subjektif serta rendahnya kepuasan hidup. Perilaku penundaan sangat merugikan dan dapat menghalangi keberhasilan serta pencapaian tujuan seseorang (Ferrari, J.R., & McCown, 1994).

Burka dan Yuen (2017) mengatakan secara garis besar terdapat dua faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan kondisi psikologis berupa kepribadian yang mempengaruhi prokrastinasi diantaranya harga diri, kesempurnaan, pemantauan diri dan efikasi diri. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor-faktor diluar individu berupa dukungan sosial berupa pengasuhan orang tua serta lingkungan. Temuan Ferrari dan McCown (1994) menyatakan bahwa pengaturan waktu yang kurang disiplin menyebabkan terjadinya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa. Sementara pada penelitian Ferrari dan Díaz-morales (2007) menunjukkan bahwa faktor lain penyebab prokrastinasi ialah rendahnya harga diri, kesadaran diri, efikasi diri, kecemasan sosial, dan takut gagal.

Perilaku prokrastinasi pada mahasiswa disebabkan oleh tugas yang didapatkan serta kemampuan dalam menyelesaikan tugas tersebut. Oleh karena itu, mahasiswa



harus memiliki keyakinan untuk mengerjakan suatu tugas agar bisa selesai tepat waktu. Keyakinan dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan disebut dengan efikasi diri (Bong dan Skaalvik, 2003). Efikasi diri merupakan keyakinan diri mengenai kemampuan seseorang dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas dan pekerjaan serta tindakan tertentu untuk memperoleh hasil yang baik (Santrock, 2007). Temuan yang dilakukan oleh Wäschle, Allgaier, Lachner, Fink, dan Nückles (2014) menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh negatif dengan perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan remaja. Dalam hal ini, jika efikasi diri seseorang tinggi maka perilaku penundaan semakin rendah, sedangkan jika efikasi diri seseorang rendah maka orang tersebut meragukan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang sulit hingga penundaan semakin tinggi. Sementara pada penelitian Zusya dan Akmal (2016) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyelesaikan tugas akhir.

Perilaku prokrastinasi bisa juga terjadi dengan adanya faktor eksternal seperti yang sudah disebutkan sebelumnya, faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial bisa didapatkan darimana saja, salah satunya dari dukungan dari teman sebaya. Dukungan teman sebaya merupakan proses memberi serta menerima bantuan berdasarkan sikap saling menghormati, berbagi tanggung jawab dan saling memberikan dukungan yang bersifat menolong (Mead, Hilton, dan Curtis, 2001).

Solomon (2004) menjelaskan bahwa dukungan dari teman sebaya sangat penting dalam mendukung perkembangan individu, terutama sehubungan dengan peningkatan belajar. Disebabkan adanya keterbukaan dan kebersamaan antara teman sebaya sehingga meningkatkan kemampuan dalam pencapaian hasil belajar. Menurut Wentzel, Battle, L. Russell, dan B. Looney (2010) dukungan sosial dan teman sebaya berperan penting dalam menyelesaikan tugas akademik untuk mendapatkan nilai yang baik. Sementara hasil penelitian Pradinata dan Susilo (2016) mengungkapkan bahwa antara dukungan sosial dan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa ditemukan hubungan yang positif. Artinya, jika dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya tinggi maka perilaku prokrastinasi akademik juga cenderung tinggi.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penggunaan dua variabel yaitu kualitas pertemanan dan kelekatan pada orang tua, untuk melihat pengaruhnya pada perilaku antisosial pada remaja, dengan harapan bahwa kelekatan pada orang tua nantinya dapat sebagai penyeimbang atau bentuk kontrol terhadap pengaruh teman sebaya yang dilihat dalam kualitas pertemanan remaja, sehingga dapat mengurangi perilaku antisosial remaja. Sedangkan penelitian sebelumnya belum dengan jelas menggambarkan kelekatan pada orang tua sebagai faktor yang dapat memperlemah atau memperkuat pengaruh teman sebaya dengan perilaku antisosial, sejauh ini kelekatan dengan orang tua langsung dikaitkan dengan masalah perilaku.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya bahwa terdapat perbedaan hasil penelitian antar efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, serta prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial, maka peneliti ingin melihat dan membuktikan hal ini dengan melakukan penelitian pada mahasiswa Maluku yang menempuh kuliah di Malang. Alasan mahasiswa Maluku memilih kuliah di Malang sangat beragam, mulai dari iklim cuaca, sarana prasarana yang lengkap, aman, dan nyaman. Masyarakat Malang sedikit banyak berbeda dengan kebudayaan dan kebiasaan mahasiswa Maluku. Mahasiswa Maluku selama ini, dikenal sebagai kelompok mahasiswa yang memiliki rasa kedaerahan yang tinggi, rasa kedaerahan ini terkadang menimbulkan kesulitan berbaur mahasiswa Maluku dengan kelompok mahasiswa dari daerah lain dan cenderung berkumpul dengan sesama kelompoknya saja. Hal tersebut diindikasikan karena adanya rasa tidak percaya diri, dimana mahasiswa Maluku yang berkuliah di Malang menghadapi masalah masa adaptasi, kemandirian, tanggungjawab dan tuntutan akademik. Tuntutan tersebut terlaksana dengan baik apabila mahasiswa memiliki kondisi psikologis yang baik pula. Oleh karena itu, keyakinan diri dan dukungan sosial yang tinggi mampu membuat mahasiswa memenuhi tuntutan tersebut dan meraih keberhasilan.

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini, apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademi. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan

prokrastinasi akademik pada mahasiswa, khususnya mahasiswa yang berasal dari Maluku yang menempuh kuliah di Malang. Manfaat teoritis dari penelitian ini, diharapkan dapat memberikan referensi kajian penelitian selanjutnya dibidang ilmu Psikologi khususnya di bidang ilmu Psikologi pendidikan. Manfaat praktis yang diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan sebagai salah satu acuan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

## **TINJAUAN TEORI**

### **Prokrastinasi Akademik**

Steel (2010) menjelaskan prokrastinasi berasal dari bahasa latin dengan dua suku kata yaitu “*pro*” yang berarti maju, kedepan dan “*cratinus*” yang berarti besok. Scher dan Osterman (2002) prokrastinasi ialah kecenderungan dalam menunda-nunda untuk mencapai tujuan. Perilaku prokrastinasi akademik merupakan keterlambatan irasional dalam melakukan tugas akademik (belajar untuk ujian, tugas membaca, melakukan administrasi akademik dan tugas kehadiran) (Ozer dan Ferrari, 2011). Sementara menurut Wolters (2003) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kegagalan dalam melakukan pekerjaan dan tugas-tugas akademik atau sengaja menunda dalam menyelesaikan.

Tjundjing (2006) mengungkapkan bahwa prokrastinasi memiliki beberapa ciri tertentu diantaranya, kegagalan dalam menempati tenggang waktu (*perceived time*), perbedaan perilaku dan keinginan dalam mengerjakan tugas (*intention-action gap*), perasaan cemas (*emotional distress*), keraguan terhadap kemampuan diri sendiri (*perceived ability*). Sementara Çapan, (2010) mengatakan bahwa ciri dari prokrastinator ialah mereka lebih suka menunda pekerjaan atau tugas-tugasnya dan berfikir untuk mengerjakan nanti saja, serta perilaku penundaan bukanlah sebuah masalah, dan perilaku ini akan terus mengulang, sehingga pelaku prokrastinasi ini selalu takut mengambil keputusan.

## **Prokrastinasi Dalam Perspektif Islam**

Dalam perspektif Islam prokrastinasi juga menjadi salah satu larangan. Allah SWT menuntut manusia agar selalu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin dan mengisinya dengan berbagai amal dan perbuatan-perbuatan positif, bukannya menunda-nunda mengerjakan sesuatu dengan atau tanpa alasan. Sebagaimana dijelaskan dalam Q.S Al- ayat 1-8, yang artinya:

*“Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu,, dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu, dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.”*

Manusia pada dasarnya selalu dianjurkan untuk menghargai waktu. Dalam Q.S Al-Insyirah : 1-8 cukup jelas dan memperoleh hikmah agar manusia tidak menunda-nunda dalam mengerjakan sesuatu dan dapat memanfaatkan waktu sebaik-baiknya dengan penuh tanggungjawab. Waktu berperan penting dalam kehidupan manusia, jika tidak menghargai waktu yang terus berjalan dan mengisinya dengan perbuatan-perbuatan yang baik maka dia termasuk orang-orang yang sangat merugi.

## **Prokrastinasi Dalam Perspektif Teori**

Dalam paradigma behaviorisme, teori penguatan menjelaskan perilaku prokrastinasi akademik muncul dari proses pembelajaran yang ditimbulkan oleh keberhasilan individu melakukan penundaan dalam kegiatannya dan cenderung mengulangi perbuatannya (Koeswara, 1991). Teori belajar klasik menjelaskan bahwa perilaku biasanya terjadi secara otomatis melalui pemberian penguatan atau kurangnya hukuman (Ainsle, 1975).

## **Hubungan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik**

Efikasi diri secara umum di artikan sebagai keyakinan pribadi atau kepercayaan diri tentang seberapa baik seseorang bertindak dalam menghadapi situasi yang akan datang

(Bandura, 1994). Efikasi diri berfungsi sebagai faktor yang ikut menentukan dalam bertindak dan bertingkah laku, menentukan besar usaha dan daya tahan, serta proses belajar dan keberhasilan. Menurut Maidment (2000) efikasi diri merupakan keyakinan mengenai kemampuannya untuk memotivasi sumber daya kognitifnya dan tindakan yang diperlukan agar berhasil dalam melaksanakan tugas tertentu.

Efikasi diri merupakan penilaian diri individu tentang keyakinan pada kemampuannya untuk mencapai tujuan (Zimmerman, 2000). Efikasi diri memiliki tiga dimensi diantaranya, *Magnitude*, kekuatan, dan *generality*. *Magnitude* berlaku untuk kesulitan dalam tugas yang mana individu tersebut percaya bahwa dia dapat mencapainya. Kekuatan mengacu pada keyakinan mengenai besarnya kuat atau lemah. *Generality* menunjukkan sejauh mana harapan secara umum dalam setiap situasi (Malik, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Bakar dan Khan (2016) menyimpulkan bahwa efikasi diri tidak mempengaruhi kecenderungan siswa untuk menunda-nunda dalam kegiatan akademik mereka. Hasil lain dari penelitian yang dilakukan oleh Alheilal, Alsubhien, dan Alqudah (2014) pada mahasiswa menemukan hubungan negatif signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi, jika efikasi diri meningkat maka perilaku prokrastinasi akan menurun dan sebaliknya. Hasil penelitian yang sama juga ditemukan oleh Jackson (2012) bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik. Berarti siswa yang memiliki tingkat perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi cenderung memiliki efikasi diri yang rendah.

### **Hubungan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik**

Dukungan sosial merupakan persepsi seseorang tentang perilaku yang mendukung individu dalam kehidupan sosial (misalnya, orang tua, guru, teman sekelas, teman dekat, dan sekolah), yang meningkatkan fungsi dan/ atau mungkin menghambat dia dari tujuan atau hasil yang dicapai dan itu sangat merugikan. (Malecki dan Demaray, 2002). Dukungan sosial adalah bantuan emosional dan instrumental dari keluarga,

teman atau tetangga, dan memiliki dampak penting tetapi berbeda pada individu, terutama tergantung pada faktor kontekstual (Akhondali, Dianat, dan Radan, 2015).

Dukungan sosial dalam hal akademik berhubungan dengan penyesuaian mahasiswa dalam menyelesaikan tugas. Dukungan sosial yang positif akan sangat bermanfaat bagi mahasiswa, Stansfeld (2002) berpendapat bahwa ketika seseorang berada dibawah tekanan, maka dukungan sosial memainkan peran penting untuk meningkatkan hasil yang lebih positif dibandingkan mereka yang tidak memiliki dukungan sosial. Malecki dan Demaray (2002) membagi dukungan sosial sebagai berikut: Dukungan instrumental berupa penyediaan materi. Dukungan informasional berupa informasi atau umpan balik. Dukungan emosional berupa kepedulian dari pemberi dukungan. Dan dukungan penghargaan berupa pemberian semangat, persetujuan pada pendapat, serta perbandingan yang positif dengan orang lain.

Schunk (2012) mengungkapkan bahwa faktor sosial atau lingkungan dapat mempengaruhi banyak variabel pribadi seperti tujuan belajar, atribusi, dan evaluasi diri dalam kemajuan belajar. Andarini dan Fatma (2013) menemukan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Hasil yang sama pada penelitian Sayekti dan Sawitri (2018) menunjukkan adanya hubungan negative yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sumbangan efektif antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik sebesar 10%.

### **Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik**

Perilaku prokrastinasi bisa memberikan dampak secara psikologis maupun sosial. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor-faktor pada diri individu yaitu *self consciunous*, rendahnya *self esteem*, *self efficacy* (efikasi diri), dan kecenderungan sosial (Ferrari, Johnson dan McCown, 1995). Faktor lain penyebab prokrastinasi ialah rendahnya efikasi diri, kesadaran diri, harga diri, kecemasan sosial, dan takut gagal (Ferrari dan Díaz-morales, 2007). Selain itu, ada dua kategori faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu: faktor internal yang



terdiri dari kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu, sedangkan faktor eksternal meliputi pengasuhan orang tua, dukungan sosial dan kondisi lingkungan (Gufron dan Rini, 2011).

Hasil penelitian menunjukkan prokrastinasi akademik berhubungan dengan efikasi diri dan dukungan sosial. Pada penelitian yang dilakukan oleh Al-roseyid dan Al-roseyid (2018) pada 73 mahasiswa di salah satu Universitas di Jawa Barat menunjukkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dan persepsi dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik siswa meningkat, jika efikasi diri dan dukungan sosial mereka berkurang. Hasil yang sama juga dengan penelitian Lastary dan Rahayu (2018) menemukan bahwa pada uji hipotesis korelasi multivariate antara variabel dukungan sosial dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik ditemukan ada hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa perantau yang berkuliah di Jakarta.

### Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual

### Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik
2. Ada hubungan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik.
3. Ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik.

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, prosedur yang dipilih adalah desain korelasional. Desain korelasional bertujuan mengukur tingkat hubungan antara dua variabel untuk mengetahui sejauh mana hubungan dua variabel atau lebih dengan menggunakan teknik statistik (Creswell, 2012). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah prokrastinasi (Y), efikasi diri (X1) dan dukungan sosial (X2)

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian ialah narasumber yang memberikan informasi-informasi utama yang dibutuhkan dalam penelitian. Subjek penelitian terdiri dari 120 mahasiswa Maluku angkatan 2016, 2017 dan 2018 yang menempuh studi di Malang. Pengambilan subjek dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dikarenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui terlebih dahulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya.

**Table 1. Deskriptif Karakteristik Subjek (N= 120)**

| Karakteristik          | Frekuensi | Presentase |
|------------------------|-----------|------------|
| <b>Jenis Kelamin</b>   |           |            |
| Laki-laki              | 84        | 70         |
| Perempuan              | 36        | 30         |
| <b>Angkatan Kuliah</b> |           |            |
| 2016                   | 30        | 25         |
| 2017                   | 54        | 45         |
| 2018                   | 36        | 30         |
| Total                  | 120       | 100        |

## **Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan 3 buah instrumen untuk mengukur variable-variabel yang diteliti, berikut ini penjelasan untuk masing-masing instrument:

Skala prokrastinasi diukur menggunakan *Academic Procrastination Scale* (APS) disusun berdasarkan ciri-ciri prokrastinasi yang dikemukakan McCloskey dan Scielzo (2015) terdiri dari 25 item dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,94 meliputi 6 aspek, yaitu keyakinan psikologis mengenai kemampuan, gangguan, faktor sosial, manajemen waktu, inisiatif pribadi, dan kemalasan. Uji coba kemudian dilakukan oleh peneliti dan memperoleh hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,967 artinya skala tersebut cukup reliabel untuk mengukur variabel prokrastinasi akademik. Instrumen ini menggunakan skala likert dengan pilihan angka 1 sampai 5, 1= Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3=Netral (N), 4=Setuju (S), 5=Sangat Setuju (SS).

Skala efikasi diri diukur dengan menggunakan *Self Efficacy Scale* yang dikembangkan oleh Scott (2010) terdiri dari 17 item, meliputi tiga aspek, yaitu tingkat kesulitan tugas, kekuatan dan keyakinan. Pengukuran item menggunakan skala likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu “Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Ragu-Ragu (RR), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Setelah melakukan *try out* semua item yang digunakan valid dan reliabel dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,941

Skala Dukungan sosial diukur menggunakan skala *Child and Adoles Social Support* (CASS) yang dikemukakan oleh Malecki & Demaray (2002) terdiri dari 40 item dengan koefisien reliabilitas 0,81 setelah dilakukan *try out* semua item valid dan reliabel, meliputi dukungan emosional, instrumental, penghargaan, dan informasional, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,951. Setiap item diberi empat pilihan jawaban, yaitu sangat sering (SS), sering (S), Jarang (J), dan tidak pernah (TP).

## **Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian terdiri dari tahap persiapan dan pelaksanaan. Peneliti mempersiapkan angket yang akan digunakan sebagai alat ukur. Peneliti mengambil data mahasiswa Maluku yang sedang menempuh kuliah di Malang melalui database

organisasi daerah. Pengambilan data dilakukan pada bulan februari tahun 2019 dengan melakukan *try out* terlebih dahulu pada bulan januari 2019, *try out* dilakukan pada 80 mahasiswa Maluku, hal ini dilakukan untuk menguji validitas dan reliabilitas dari angket yang akan digunakan untuk penelitian. Pada tahap pelaksanaan penelitian, dilakukan dengan cara membagikan angket prokrastinasi akademik, efikasi diri, dan dukungan sosial sebanyak 120 secara langsung pada mahasiswa Maluku yang terpilih melalui proses *purposive sampling*. Setelah angket diisi dan didapatkan, peneliti melakukan skoring dan input data serta melakukan analisis data untuk menguji hipotesis dan memberikan kesimpulan hasil penelitian.

### **Analisis Data**

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Analisis ini digunakan untuk hubungan antar variabel atau lebih, yang menunjukkan arah hubungan antar variabel dependent dengan variabel independent (Ghozali, 2011). Pengujian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik, serta hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS 25 for windows.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Deskripsi Variabel**

Pada hasil deskripsi dengan menggunakan program spss versi 25 menunjukkan terdapat rincian nilai rata-rata (Mean) dan standar deviasi (SD) pada masing-masing variabel. Variabel Prokrastinasi Akademik (Y) memiliki nilai ( $M = 93,07$   $SD = 18,937$ ), variabel efikasi diri (X2) memiliki nilai ( $M = 67,29$   $SD = 9,845$ ), sedangkan variabel dukungan sosial memiliki nilai ( $M = 117,28$  ,  $SD = 18,937$ ). Berdasarkan uji korelasi menunjukkan bahwa ada korelasi negatif dan signifikan antar variable, untuk prokrastinasi akademik dan efikasi diri ( $r = -0,535$ ,  $p=0,000$ ), untuk korelasi antar prokrastinasi akademik dan dukungan sosial ( $r = -0,522$ ,  $p= 0,029$ ) dan korelasi antara efikasi diri dan dukungan sosial  $0,042$  ( $p=0,001$ ).

**Tabel 2. Nilai Mean, Standar deviasi, dan Hubungan antar Variabel (N=120)**

| Variabel | Mean   | SD     | X1 | X2    | Y      |
|----------|--------|--------|----|-------|--------|
| X1       | 67,29  | 9,845  | 1  | 0,763 | -0,535 |
| X2       | 117,28 | 16,767 |    | 1     | -0,522 |
| Y        | 93,07  | 18,937 |    |       | 1      |

**Uji Signifikasi Simultan**

Berdasarkan uji signifikan diketahui bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik ( $F = 27,248$ ,  $p=0,000$ ). Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial secara signifikan mempengaruhi prokrastinasi akademik. Besarnya koefisien determinasi adalah 31,8%, artinya sebesar 31,8% perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh efikasi diri dan dukungan sosial. Sedangkan pengaruh sisanya sebesar 68,2% dipengaruhi oleh variabel lain dari variabel yang diteliti.

**Table 3. Uji Signifikan Simultan (uji statistik)**

| Model     | df  | F      | <i>p</i> | R <sup>2</sup> |
|-----------|-----|--------|----------|----------------|
| Regresion | 2   | 27,248 | 0,000    | 31,8%          |
| Residual  | 117 |        |          |                |
| Total     | 119 |        |          |                |

**Analisis Regresi linier Berganda**

Hasil analisis regresi linier berganda diperoleh hubungan negatif signifikan antara prokrastinasi akademik dengan efikasi diri ( $\beta = -0,631$ ,  $p = 0,007$ ), artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dan sebaliknya rendahnya efikasi diri secara langsung meningkatkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Selanjutnya untuk hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik juga berkorelasi negatif signifikan ( $\beta = -0,308$ ,  $p = 0,023$ ), artinya dukungan sosial yang tinggi bisa secara signifikan mengurangi perilaku prokrastinasi.

**Tabel 4. Hubungan Efikasi Diri (X1) dan Dukungan Sosial (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y)**

| Variabel  | B       | Beta   | T      | p     |
|-----------|---------|--------|--------|-------|
| Konstanta | 171,709 |        | 15,941 | 0,000 |
| X1-Y      | -0,631  | -0,327 | -2,771 | 0,007 |
| X2-Y      | -0,308  | -0,273 | -2,307 | 0,023 |

## PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Selain itu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik, dan hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik.

Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, artinya bahwa semakin tinggi efikasi diri pada mahasiswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi dan Sawitri (2015) pada 227 mahasiswa menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri akademik dengan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khotimah, Radjah dan Handarini (2016) pada 393 siswa menunjukkan bahwa efikasi diri akademik dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang negatif signifikan.

Selanjutnya, hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Dengan kata lain semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik. Sebaliknya, jika efikasi diri rendah maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Damri dan Engkizar (2017) pada 231 mahasiswa menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Namun berbeda dengan penelitian Zusya dan Akmal (2016)



menunjukkan terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik.

Efikasi diri berperan penting pada usaha yang dilakukan seseorang dalam aktivitasnya, efikasi diri berperan penting dalam menentukan sikap seseorang untuk bertindak, berfikir, dan bereaksi dalam menghadapi masalah. Individu yang memiliki keyakinan yang tinggi cenderung tidak melakukan perilaku prokrastinasi, sementara seseorang yang tidak yakin terhadap kemampuannya cenderung melakukan prokrastinasi. Sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Wäschle et al (2014) bahwa jika efikasi diri seseorang tinggi akan membuatnya yakin pada kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas. Namun, jika efikasi dirinya rendah cenderung menunda dan menghindari tugas. Menurut Bandura (1997) salah satu proses yang mempengaruhi efikasi diri ialah proses kognitif. Kebanyakan perilaku manusia bermula dari sesuatu yang difikirkan. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi selalu membayangkan tentang kesuksesan, sebaliknya seseorang yang efikasi dirinya rendah lebih banyak membayangkan kegagalan dan hal-hal yang sulit diselesaikan. Bong (2001) menyatakan bahwa efikasi diri juga menjadi prediktor yang signifikan terhadap nilai akademik dan prestasi remaja. Efikasi diri yang tinggi dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik serta tidak mudah menyerah dapat mencapai target yang diinginkan.

Hasil uji hipotesis kedua menunjukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Hasil menunjukan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah perilaku prokrastinasi yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hendrianur (2015) pada 86 mahasiswa menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi. Penelitian yang dilakukan oleh Eggen & Bosker (2008) juga menemukan bahwa dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi.

Keterlibatan orang tua dan teman sebaya dalam memberikan dukungan sangat berperan penting, seperti yang diungkapkan Becker dan Luthar (2002) bahwa dukungan sosial memainkan peran penting untuk berbagai macam hasil positif bagi

siswa. Selaras dengan Won & Yu, (2018) dalam penelitiannya yang menemukan bahwa remaja dengan orang tua yang memberikan lebih banyak dukungan otonomi ditandai dengan memberikan kesempatan untuk membuat pilihan, memberikan alasan yang jelas untuk setiap keputusan, serta memahami perasaan remaja cenderung memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah dan menunjukkan kemampuan mengatur waktu belajar yang lebih baik.

Dukungan sosial bagi seseorang pada dasarnya tidak selalu memberikan efek atau dampak positif seperti yang diharapkan. Efek dari dukungan sosial pada setiap individu berbeda-beda, tergantung bagaimana individu tersebut mempersepsikannya sehingga mempengaruhi kognisi, dan emosi yang memunculkan perilaku. Stansfeld (2002) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat memberikan efek yang baik dan sesuai jika diberikan dalam situasi dan kondisi yang tepat. Oleh karena itu, dukungan dari orang tua dan teman sebaya sangat penting karena dapat mempengaruhi akademik mahasiswa.

Hasil uji hipotesis selanjutnya menunjukkan hubungan simultan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik memperoleh hasil yang signifikan. Artinya, semakin baik dan tingginya efikasi diri dukungan sosial, maka semakin mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Beberapa variabel yang mempengaruhi prokrastinasi, namun pada penelitian ini lebih difokuskan pada efikasi diri dan dukungan sosial. Penelitian Lastary dan Rahayu (2018) menunjukkan hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Maluku. Artinya jika efikasi diri tinggi maka prokrastinasi akademik rendah dan jika dukungan sosial mahasiswa tinggi, maka prokrastinasi akademiknya rendah, sebaliknya efikasi diri rendah maka prokrastinasi akademik tinggi dan dukungan sosial mahasiswa rendah maka prokrastinasi akademik tinggi. Dalam hal ini, efikasi diri dan dukungan sosial yang

baik membuat seseorang merasa dihargai dan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

## **IMPLIKASI**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial memiliki peran yang cukup penting dalam proses belajar. Untuk itu diharapkan mahasiswa dapat mengatur waktu dalam proses belajar, jika mahasiswa dapat menghargai dan mengatur waktu dengan baik, menerima segala hal positif dari orang tua dan teman dengan baik, serta yakin terhadap kemampuannya, maka perilaku prokrastinasi berkurang. Selain itu, mahasiswa yang sebagian besar memiliki tingkat efikasi diri dan dukungan sosial yang termasuk tinggi diharapkan dapat mempertahankan ataupun meningkatkan kondisi tersebut. Caranya dapat dengan belajar dari pengalaman keberhasilan orang lain, belajar dari kesalahan tugas sebelumnya, berkumpul dengan orang-orang yang dirasa dapat memotivasi dalam belajar, dan sebagainya.

Penelitian ini berimplikasi pada bidang psikologi pendidikan, sehingga penelitian ini memberikan peluang bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan variabel lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dan bisa dikembangkan lebih luas lagi sehingga tidak hanya variabel efikasi diri dan dukungan sosial. Selain itu, penambahan subjek dari berbagai kalangan, bisa menjadi pertimbangan pada hasil yang diperoleh lebih beragam.

Penulisan ini tentunya tidak terlepas dari kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, dalam penelitian ini waktu penelitian yang digunakan dalam penelitian ini relatif pendek, penulis melibatkan subyek penelitian dalam jumlah terbatas, yakni sebanyak 120 orang, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada kelompok subyek dengan jumlah yang besar. Keterbatasan yang dirasa cukup mengganggu dalam penelitian ini adalah kurangnya sikap kepedulian dan keseriusan dalam menjawab semua pertanyaan-pertanyaan yang ada. Masalah subjektivitas dari responden dapat mengakibatkan hasil penelitian ini rentan terhadap biasnya jawaban responden.

## REFRENSI

- Ainsle, G. (1975). Specious reward: A behavioral theory of impulsiveness and impulse control. *Psychological Bulletin*, 82(1), 463–496.
- Ainsle, G. (2005). Precipitous breakdown of will. *Behavioral and Brain Sciences*, 28(5), 635-650
- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal Talenta Psikologi*, 2(2), 159-180.
- Akhondali, Z., Dianat, M., & Radan, M. (2015). Perceived social support among students of medical sciences. *Electronic Physician*, 7(1), 971–976.
- Al-rosyid, M. H. (2018). Self efficacy, perceived social support, and academic procrastination on final semester student of university x. *Journal Social Sciences and Psychology*, 9(1), 15.
- Alqudah, M. F., Alsubhien, A. M., & Alheilal, M. Q. (2014). The Relationship between the Academic Procrastination and Self-Efficacy among Sample of King Saud University Students. *Journal of Education and Practice*, 5(16), 101–112.
- Bakar, Z. A., & Khan, M.U. (2016). Relationships between self-efficacy and the academic procrastination behaviour among university students in malaysia: A general perspective. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 10(3), 265.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy in, V. S. Ramachaudran (Ed). *Encyclopedia of human behavioral*, 4, 71-81. New York: Academic Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H Freeman and Company.
- Becker, B. E., & Luthar, S. S. (2002). Social–emotional factors affecting achievement outcomes among disadvantaged students: Closing the achievement gap. *Educational Psychologist*, 37(4), 197–2014.
- Bong, M. (2001). Role of self-efficacy and task-value in predicting college students ' course performance and future enrollment intentions. *Contemporary Educational Psychology*, 26(2), 553-570.
- Bong, M., & Skaalvik, E. M. (2003). Academic self-concept and self-efficacy: how different are they really? *Educational Psychology Review*, 15(1), 1–40.
- Burka, J. B. & Yuen, L. M. (2017). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now* (Anniversary Edition), 91. United States of American: Da Capo Press. United States of American.
- Cao, L. (2012). Examining “active” procrastination from a self-regulated learning perspective. *Educational Psychology*, 32(4), 515-545.
- Çapan, B. E. (2010). Relationship among perfectionism , academic procrastination and life satisfaction of university students. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5(2), 1665–1671.
- Cohen, S., Underwood, L.G., & Gottlieb, B. H. (2000). *Social support measurement and interventions: A guide for health and social scientists*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Damri., Engkizar., & Fuadi, A. (2017). Hubungan self-efficacy dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan. *Jurnal Edukasi*,

74-95.

- Eggens, L., Werf, M. P. C & Bosker, R. J. (2008). Support on study attainment of students in university, 55(4), 553–573.
- Ferrari, J.R., & McCown, W. . (1994). Obsessive-compulsives and their relatives. *Journal of Clinical*, 2, 162–167.
- Ferrari, J. R., Callaghan, J. O., & Newbegin, I. (2015). Prevalence of procrastination in the united states, United Kingdom and Australia : Arousal and avoidance delays among adults. *The American Journal of Psychology*, 7, 1-6.
- Ferrari, J. R., & Díaz-morales, J. F. (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: Further Evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 91-96.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi analisis multivariaate dengan program spss*. BP Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Gunarsa, S. & Gunarsa, S. (2008). *Psikologi praktis: anak, keluarga, dan remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hendrianur. (2015). Hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. *EJournal Psikologi*, 3(30), 528–542.
- Jackson, D. M. H. (2012). Role of academic procrastination, academic self-efficacy beliefs, and prior academic skills on course outcomes for college students in developmental education. *Doctor of Education*. University of Georgia.
- Lastary, L. D., & Rahayu, A. (2018). Hubungan dukungan sosial dan self-efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa perantau yang berkuliah di Jakarta. *Ikhraith-Humaniora*, 2(2), 17-23.
- Maidment, F. (2000). *Organizational behavior*. Retrieved from <http://web.csulb.edu/~gilsdorf/mba-comm 98 for web.htm>.
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2002). Measuring perceived social support: development of the child and adolescent social support scale (CASSS). *Psychology in the Schools*, 39(1), 1–18.
- Malik, A. (2013). Efficacy , hope , optimism and resilience at workplace –positive organization behavior. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 3(10), 1–4.
- Mccloskey, J., & Scielzo, S. (2015). Finally!: The development and validation of the academic procrastination scale. *Journal Experiment Findings*, 25–35.
- Mead, S., Hilton, D., & Curtis, L. (2001). Peer support: A theoretical perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 134–141.
- Onwuegbuzie, A. J. (2010). Academic procrastination and statistics anxiety academic procrastination and statistics anxiety. *Journal Assessment & Avaluation In Higher Education*, 29, 37–41.
- Ozer, B. U., Demir, A., Ferrari, J. R. (2011). Gender orientation and academic procrastination: Exploring Turkish high school students. *The Journal of Social Psychology*, 16, 1-9.
- Pradinata, S., & Susilo, J. D. (2016). Prokrastinasi akademik dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa fakultas psikologi universitas katolik widya

- mandala surabaya. *Jurnal Experientia*, 4(2), 85–95.
- Pratiwi, A. D., & Sawitri, D. R. (2015). Prokrastinasi akademik ditinjau dari efikasi diri akademik dan lama studi pada mahasiswa jurusan desain komunikasi visual universitas dian nuswantoro. *Jurnal Empati*, 4(4), 272–276.
- Rahardjo, W., Juneman, & Stianai, Y. (2013). Computer anxiety , academic stress , and academic procrastination on college students. *Journal of Education and Learning.*, 7(45), 147-152.
- Rakes, G. C., & Dunn, K. E. (1998). The Impact of online graduate student motivation and self regulation on academic procrastination. *Journal of Interactive Online Learning*, 9(1), 78-93.
- Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakutras ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 3(2), 55-62.
- Santrock, J. (2007). *Remaja (edisi 11 jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Sayekti, W. I, & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun ke lima yang sedang mengejar skripsi di fakultas ilmu budaya dan fakultas psikologi universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(1), 412-423.
- Scher, S. J., & Osterman, N. M. (2002). Procrastination , conscientiousness , anxiety , and goals : exploring the measurement and correlates of procrastination among school- aged children. *Psychology In The Schools*, 39(4), 385-398.
- Schunk, D. H. (2012). *Learning theories an educational perspective sixth edition*. space science reviews.
- Solomon, L. J., Rothblum, E. D., Kelly, J. A., Ellen Portini, M. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates requests for reprints should be sent to. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509.
- Solomon, P. (1936). Peer support/peer provided services underlying processes, benefits, and critical ingredients. *British Medical Journal*. 27(4), 392-509.
- Stansfeld, S. (2002). Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists. *International Journal of Epidemiology*, 31(3), 698–698.
- Steel, P. (2010). Chapter one portrait of a procrastinator. *The Procrastination Equation*, 1–14.
- Tjundjing, S. (2006). Apakah prokrastinasi menurunkan prestasi? Sebuah meta-analisis. *Indonesian Psychological journal*, 22(1), 1-12.
- Wäschle, K., Allgaier, A., Lachner, A., Fink, S., & Nückles, M. (2014). Procrastination and self-efficacy: Tracing vicious and virtuous circles in self-regulated learning. *Learning and Instruction*, 29, 103–114.
- Wentzel, K., Battle, A., L. Russell, S., & B. Looney, L. (2010). Social support from teachers and peers as predictors of academic and social motivation. *Contemporary Educational Psychology* , 35(3), 193-202.
- Whatley, M. A. (2015). Never do today what you can do later: The effect of participant sex and gender classification on JSTOR. *Psychology and Counseling*, 16(1-2), 218-227.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-re- gulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95, 179–187.



- Won, S., & Yu, S. L. (2018). Relations of perceived parental autonomy support and control with adolescents ' academic time management and procrastination. *Learning and Individual Differences*, 61, 205-215.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An essential motive to learn. *contemporary educational psychology*, 25, 82-91.
- Zusya, A. R., & Akmal, S. Z. (2016). Hubungan self efficacy akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 191–200.



## LAMPIRAN

### SKALA 1

Berikut ini adalah sejumlah pernyataan, baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Anda diminta memilih salah satu pilihan berdasarkan keadaan diri anda yang sesungguhnya. Berilah tanda centang (✓) pada salah satu pilihan anda. Alternative jawaban yang tersedia terdiri dari 5 pilihan, yaitu :

**Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).**

| No | Pernyataan   | STS | TS | N | S | SS |
|----|--|-----|----|---|---|----|
| 1  | Saya biasanya mengalokasikan waktu untuk membaca dan mengoreksi tugas kuliah saya.               |     |    |   |   |    |
| 2  | Saya menunda mengerjakan tugas kuliah hingga batas deadline.                                     |     |    |   |   |    |
| 3  | Saya menunggu mengerjakan sampai satu hari sebelum batas akhir pengumpulan tugas.                |     |    |   |   |    |
| 4  | Saya tahu harus mengerjakan tugas kuliah, tapi saya tidak melakukannya.                          |     |    |   |   |    |
| 5  | Saat mengerjakan tugas kuliah, perhatian saya selalu beralih ke hal lain.                        |     |    |   |   |    |
| 6  | Saya membuang banyak waktu untuk hal yang tidak penting.   |     |    |   |   |    |
| 7  | Saya terganggu oleh hal-hal lain yang lebih menyenangkan daripada harus mengerjakan tugas kuliah |     |    |   |   |    |
| 8  | Saya berkonsentrasi pada tugas kuliah daripada gangguan lainnya.                                 |     |    |   |   |    |
| 9  | Saya tidak bisa fokus dalam mengerjakan tugas kuliah lebih dari satu jam.                        |     |    |   |   |    |
| 10 | Jangka waktu fokus saya pada tugas kuliah sangatlah pendek                                       |     |    |   |   |    |
| 11 | Jika besok ujian, saya akan ngebut belajar malam sebelumnya.                                     |     |    |   |   |    |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
|    |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Saya merasa siap jauh-jauh hari sebelumnya menghadapi ujian.   |  |  |  |  |  |
| 13 | Ngebut belajar di saat-saat akhir adalah cara terbaik menghadapi ujian.  |  |  |  |  |  |
| 14 | saya mengalokasikan waktu sehingga tidak perlu ngebut belajar di akhir semester  |  |  |  |  |  |
| 15 | saya belajar semalam sebelum ujian   |  |  |  |  |  |
| 16 | jika sebuah tugas kuliah harus d kumpulkan pada tengah malam, saya akan mengerjakannya hingga jam 11.59.                             |  |  |  |  |  |
| 17 | saat mendapat tugas, saya biasanya tidak langsung mengerjakannya dan lupa hingga mendekati waktu pengumpulannya.                     |  |  |  |  |  |
| 18 | teman-teman biasanya mengalihkan perhatiannya terhadap tugas kuliah.   |  |  |  |  |  |
| 19 | saya biasanya ngobrol dengan teman daripada mengerjakan tugas kuliah.  |  |  |  |  |  |
| 20 | Di akhir pekan, saya biasanya berencana mengerjakan tugas kuliah tetapi perhatian saya teralihkan dan saya bermain dengan teman saya |  |  |  |  |  |
| 21 | saya cenderung menunda mengerjakan tugas hingga besoknya.  |  |  |  |  |  |
| 22 | saya tidak belajar banyak tentang materi kuliah hingga akhir semester.   |  |  |  |  |  |
| 23 | saya sering menunda mengerjakan tugas kuliah yang penting.   |  |  |  |  |  |
| 24 | Jika saya tidak memahami sesuatu, saya biasanya menunggu sampai malam sebelum ujian untuk memecahkannya.                             |  |  |  |  |  |
| 25 | saya membaca buku teks dan melihat sekilas catatan sebelum datang ke kelas dan mendengarkan penjelasan dari dosen.                   |  |  |  |  |  |

## SKALA 2

Berikut ini adalah sejumlah pernyataan, baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Anda diminta memilih salah satu pilihan berdasarkan keadaan diri anda yang sesungguhnya. Berilah tanda centang (✓) pada salah satu pilihan anda. Alternative jawaban yang tersedia terdiri dari 5 pilihan, yaitu :

**SS = Sangat Setuju, S = Setuju, R = Ragu-ragu, TS = Tidak Setuju, STS = Sangat Tidak Setuju**

| No | Item  | SS | S | R | TS | STS |
|----|---|----|---|---|----|-----|
| 1  | Saya merasa memiliki sejumlah kualitas baik dalam diri saya                             |    |   |   |    |     |
| 2  | Saya mampu melakukan banyak hal seperti kebanyakan orang lain                           |    |   |   |    |     |
| 3  | Saya merasa tidak memiliki banyak hal yang bisa di banggakan                            |    |   |   |    |     |
| 4  | Terkadang saya merasa tidak berguna   |    |   |   |    |     |
| 5  | Saya merasa keberadaan saya memiliki arti, paling tidak sebanding dengan orang lain     |    |   |   |    |     |
| 6  | Saya berharap lebih bisa menghargai diri saya   |    |   |   |    |     |
| 7  | Secara umum, saya tidak ragu untuk mengakui kesalahan saya                              |    |   |   |    |     |
| 8  | Saya memiliki pandangan positif terhadap diri saya sendiri                              |    |   |   |    |     |
| 9  | Saya tidak pandai dalam menyelesaikan masalah   |    |   |   |    |     |
| 10 | Saya merasa nyaman dengan diri sendiri  |    |   |   |    |     |
| 11 | Saya mahir dalam hampir semua mata kuliah   |    |   |   |    |     |
| 12 | Saya biasanya mampu menyelesaikan masalah yang muncul saat di hadapkan pada tantangan   |    |   |   |    |     |
| 13 | Saya yakin dapat memperoleh kematangan saat dihadapkan pada kejadian yang tidak terduga |    |   |   |    |     |
| 14 | Saya percaya dapat meraih tujuan apapun yang saya buat                                  |    |   |   |    |     |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 15 | Saya tidak kesulitan menentukan tujuan-tujuan dalam mencapai sesuatu   |  |  |  |  |  |
| 16 | Saya yakin dapat mencapai tujuan karir saya  |  |  |  |  |  |
| 17 | Peran serta saya dalam kegiatan kepemimpinan seperti gerakan kemahasiswaan dan sejenisnya telah meningkatkan wawasan dan pengetahuan saya. |  |  |  |  |  |

### Skala 3

Berikut ini adalah sejumlah pernyataan, baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Anda diminta memilih salah satu pilihan berdasarkan keadaan diri anda yang sesungguhnya. Berilah tanda centang (✓) pada salah satu pilihan anda. Alternative jawaban yang tersedia terdiri dari 4 pilihan, yaitu :

**TP = Tidak Pernah**

**S = Sering**

**J = Jarang**

**SS = Sangat Sering**

| No | Item   | TP | J | S | SS |
|----|--|----|---|---|----|
| 1  | Orang tua saya merasa bangga terhadap saya   |    |   |   |    |
| 2  | Orang tua saya selalu memahami saya  |    |   |   |    |
| 3  | Orang tua saya mendengarkan ketika saya ingin berbincang-bincang                   |    |   |   |    |
| 4  | Orang tua saya memberikan saran ketika saya tidak tahu apa yang harus saya lakukan |    |   |   |    |
| 5  | Orang tua saya memberi nasehat yang baik   |    |   |   |    |
| 6  | Orang tua saya membantu menyelesaikan masalah dengan cara memberikan informasi     |    |   |   |    |
| 7  | Orang tua saya memuji ketika saya melakukan sesuatu yang baik                      |    |   |   |    |
| 8  | Orang tua saya membantu melakukan kegiatan saya                                    |    |   |   |    |
| 9  | Orang tua saya meluangkan waktu membantu saya memutuskan sesuatu                   |    |   |   |    |

|    |   |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|
| 10 | Orang tua saya memenuhi kebutuhan saya  |  |  |  |  |
| 11 | Dosen saya mengizinkan saya untuk bertanya                                      |  |  |  |  |
| 12 | Dosen saya menjelaskan hal-hal yang belum saya pahami                           |  |  |  |  |
| 13 | Dosen saya menunjukan cara mengerjakan sesuatu                                  |  |  |  |  |
| 14 | Dosen saya membantu menyelesaikan masalah dengan cara memberikan informasi      |  |  |  |  |
| 15 | Dosen saya memuji ketika saya melakukan pekerjaan dengan baik                   |  |  |  |  |
| 16 | Dosen saya menegur dengan bijak ketika saya melakukan kesalahan                 |  |  |  |  |
| 17 | Dosen saya memberi tahu bagaimana cara mengerjakan tugas dengan baik            |  |  |  |  |
| 18 | Dosen saya memastikan saya memiliki kebutuhan untuk belajar                     |  |  |  |  |
| 19 | Dosen saya meluangkan waktu untuk membantu saya mempelajari sesuatu dengan baik |  |  |  |  |
| 20 | Dosen saya meluangkan waktu ketika saya membutuhkan bantuan                     |  |  |  |  |
| 21 | Teman sekelas saya memperlakukan saya dengan baik                               |  |  |  |  |
| 22 | Teman sekelas saya menyukai ide dan pendapat saya                               |  |  |  |  |
| 23 | Teman sekelas saya memperhatikan saya   |  |  |  |  |
| 24 | Teman sekelas memberi saran ketika saya tidak tahu yang harus saya lakukan      |  |  |  |  |
| 25 | Teman sekelas memberikan saya informasi sehingga saya bisa belajar hal baru     |  |  |  |  |
| 26 | Teman sekelas memuji ketika saya telah melakukan sesuatu dengan baik            |  |  |  |  |
| 27 | Teman sekelas memberikan saya saran yang bagus                                  |  |  |  |  |
| 28 | Teman sekelas menegur saya dengan baik ketika saya melakukan kesalahan          |  |  |  |  |
| 29 | Teman sekelas meminta saya untuk bergabung dalam kegiatan mereka                |  |  |  |  |

|    |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|
| 30 | Teman sekelas meluangkan waktu untuk melakukan sesuatu bersama saya      |  |  |  |  |
| 31 | Teman sekelas membantu saya dalam kegiatan belajar dikelas               |  |  |  |  |
| 32 | Sahabat saya memahami saya   |  |  |  |  |
| 33 | Sahabat saya membantu saya menyelesaikan masalah                         |  |  |  |  |
| 34 | Sahabat saya menunjukan kepada saya bagaimana cara menyelesaikan tugas   |  |  |  |  |
| 35 | Sahabat saya selalu menghabiskan waktu bersama saya                      |  |  |  |  |
| 36 | Sahabat saya sering bertukar pikiran dengan saya                         |  |  |  |  |
| 37 | Sahabat saya selalu membantu saya ketika saya membutuhkan bantuan        |  |  |  |  |
| 38 | Sahabat saya sering memberikanku saran                                   |  |  |  |  |
| 39 | Sahabat saya menjelaskan dengan baik tugas-tugas yang tidak saya pahami. |  |  |  |  |
| 40 | Sahabat saya menenangkan saya, saat saya ada masalah                     |  |  |  |  |

## Reliability prokrastinasi akademik (Y)

### Case Processing Summary

|       |                       | N   | %     |
|-------|-----------------------|-----|-------|
| Cases | Valid                 | 120 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0   | .0    |
|       | Total                 | 120 | 100.0 |

### Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
|------------------|--|------------|
| .967             | .967   | 25         |

### Item-Total Statistics

|     | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Squared Multiple Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-----|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| y1  | 89.46                      | 334.956                        | .641                             | .645                         | .966                             |
| y2  | 89.29                      | 333.116                        | .745                             | .730                         | .965                             |
| y3  | 89.45                      | 333.997                        | .692                             | .680                         | .966                             |
| y4  | 89.47                      | 333.965                        | .712                             | .746                         | .965                             |
| y5  | 89.42                      | 331.775                        | .697                             | .698                         | .966                             |
| y6  | 89.44                      | 338.702                        | .516                             | .630                         | .967                             |
| y7  | 89.39                      | 332.879                        | .739                             | .804                         | .965                             |
| y8  | 89.47                      | 327.377                        | .781                             | .824                         | .965                             |
| y9  | 89.33                      | 327.784                        | .813                             | .843                         | .965                             |
| y10 | 89.08                      | 332.473                        | .789                             | .771                         | .965                             |
| y11 | 89.26                      | 328.748                        | .758                             | .765                         | .965                             |
| y12 | 89.28                      | 331.915                        | .777                             | .762                         | .965                             |
| y13 | 89.34                      | 334.496                        | .700                             | .715                         | .966                             |
| y14 | 89.34                      | 327.386                        | .741                             | .760                         | .965                             |
| y15 | 89.47                      | 332.352                        | .694                             | .688                         | .966                             |



|     |       |         |      |      |      |
|-----|-------|---------|------|------|------|
| y16 | 89.14 | 331.400 | .792 | .852 | .965 |
| y17 | 89.32 | 335.865 | .708 | .753 | .966 |
| y18 | 89.31 | 333.072 | .702 | .784 | .966 |
| y19 | 89.31 | 331.106 | .785 | .807 | .965 |
| y20 | 89.38 | 327.701 | .723 | .792 | .965 |
| y21 | 89.32 | 333.075 | .713 | .715 | .965 |
| y22 | 89.41 | 333.319 | .691 | .753 | .966 |
| y23 | 89.29 | 330.460 | .801 | .775 | .965 |
| y24 | 89.31 | 334.383 | .696 | .652 | .966 |
| y25 | 89.55 | 332.888 | .665 | .674 | .966 |

### Scale Statistics

| Mean  | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|-------|----------|----------------|------------|
| 93.08 | 359.969  | 18.973         | 25         |

### Reliability Efikasi Diri (x1)

#### Case Processing Summary

|       |                       | N   | %     |
|-------|-----------------------|-----|-------|
| Cases | Valid                 | 120 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0   | .0    |
|       | Total                 | 120 | 100.0 |

### Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
|------------------|--|------------|
| .941             | .941   | 17         |

### Item-Total Statistics

|       | Scale Mean if<br>Item Deleted | Scale Variance<br>if Item Deleted | Corrected Item-<br>Total<br>Correlation | Squared<br>Multiple<br>Correlation | Cronbach's<br>Alpha if Item<br>Deleted |
|-------|-------------------------------|-----------------------------------|---|------------------------------------|--|
| x1.1  | 63.14                         | 85.736                            | .763                                    | .649                               | .936                                   |
| x1.2  | 63.22                         | 86.966                            | .705                                    | .612                               | .937                                   |
| x1.3  | 63.60                         | 87.217                            | .619                                    | .500                               | .938                                   |
| x1.4  | 63.42                         | 87.255                            | .557                                    | .406                               | .940                                   |
| x1.5  | 63.41                         | 88.412                            | .610                                    | .515                               | .939                                   |
| x1.6  | 63.24                         | 86.823                            | .668                                    | .653                               | .937                                   |
| x1.7  | 63.19                         | 85.366                            | .705                                    | .601                               | .937                                   |
| x1.8  | 63.02                         | 84.017                            | .815                                    | .779                               | .934                                   |
| x1.9  | 63.68                         | 89.227                            | .515                                    | .417                               | .940                                   |
| x1.10 | 63.32                         | 85.210                            | .679                                    | .531                               | .937                                   |
| x1.11 | 63.61                         | 88.274                            | .542                                    | .470                               | .940                                   |
| x1.12 | 63.50                         | 86.168                            | .673                                    | .580                               | .937                                   |
| x1.13 | 63.49                         | 85.714                            | .698                                    | .612                               | .937                                   |
| x1.14 | 63.36                         | 84.887                            | .735                                    | .681                               | .936                                   |
| x1.15 | 63.31                         | 84.652                            | .729                                    | .701                               | .936                                   |
| x1.16 | 63.06                         | 83.635                            | .745                                    | .652                               | .936                                   |
| x1.17 | 63.09                         | 85.513                            | .693                                    | .624                               | .937                                   |

### Scale Statistics

| Mean  | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|-------|----------|----------------|------------|
| 67.29 | 96.931   | 9.845          | 17         |

## Reliability Dukungan Sosial (x2)

### Case Processing Summary

|       |                       | N   | %     |
|-------|-----------------------|-----|-------|
| Cases | Valid                 | 120 | 100.0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0   | .0    |
|       | Total                 | 120 | 100.0 |

### Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
|------------------|--|------------|
| .951             | .951   | 40         |

### Item-Total Statistics

|       | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Squared Multiple Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| x2.1  | 113.95                     | 268.670                        | .489                             | .                            | .950                             |
| x2.2  | 113.97                     | 265.646                        | .630                             | .                            | .949                             |
| x2.3  | 114.12                     | 266.995                        | .612                             | .                            | .949                             |
| x2.4  | 114.04                     | 267.939                        | .583                             | .                            | .949                             |
| x2.5  | 113.95                     | 264.653                        | .718                             | .                            | .949                             |
| x2.6  | 114.14                     | 273.148                        | .471                             | .                            | .950                             |
| x2.7  | 114.34                     | 268.496                        | .558                             | .                            | .950                             |
| x2.8  | 114.48                     | 272.689                        | .363                             | .                            | .951                             |
| x2.9  | 114.46                     | 271.192                        | .470                             | .                            | .950                             |
| x2.10 | 113.94                     | 266.997                        | .608                             | .                            | .949                             |
| x2.11 | 114.09                     | 264.454                        | .679                             | .                            | .949                             |
| x2.12 | 114.20                     | 267.876                        | .593                             | .                            | .949                             |
| x2.13 | 114.29                     | 270.427                        | .496                             | .                            | .950                             |
| x2.14 | 114.37                     | 270.621                        | .476                             | .                            | .950                             |
| x2.15 | 114.52                     | 272.924                        | .364                             | .                            | .951                             |
| x2.16 | 114.42                     | 271.707                        | .404                             | .                            | .950                             |
| x2.17 | 114.45                     | 269.308                        | .458                             | .                            | .950                             |
| x2.18 | 114.64                     | 271.980                        | .353                             | .                            | .951                             |
| x2.19 | 114.66                     | 268.412                        | .491                             | .                            | .950                             |
| x2.20 | 114.62                     | 266.827                        | .522                             | .                            | .950                             |
| x2.21 | 114.29                     | 267.570                        | .598                             | .                            | .949                             |

|       |        |         |      |   |      |
|-------|--------|---------|------|---|------|
| x2.22 | 114.36 | 265.560 | .697 | . | .949 |
| x2.23 | 114.44 | 268.249 | .514 | . | .950 |
| x2.24 | 114.33 | 267.569 | .583 | . | .949 |
| x2.25 | 114.24 | 265.597 | .641 | . | .949 |
| x2.26 | 114.48 | 267.277 | .550 | . | .950 |
| x2.27 | 114.40 | 262.326 | .689 | . | .949 |
| x2.28 | 114.45 | 265.157 | .664 | . | .949 |
| x2.29 | 114.44 | 265.139 | .559 | . | .950 |
| x2.30 | 114.51 | 266.555 | .572 | . | .949 |
| x2.31 | 114.41 | 267.067 | .568 | . | .949 |
| x2.32 | 114.12 | 262.692 | .629 | . | .949 |
| x2.33 | 114.44 | 266.114 | .615 | . | .949 |
| x2.34 | 114.68 | 269.025 | .488 | . | .950 |
| x2.35 | 114.45 | 267.174 | .530 | . | .950 |
| x2.36 | 114.36 | 266.030 | .703 | . | .949 |
| x2.37 | 114.63 | 268.873 | .492 | . | .950 |
| x2.38 | 114.41 | 264.681 | .639 | . | .949 |
| x2.39 | 114.37 | 264.419 | .649 | . | .949 |
| x2.40 | 114.26 | 267.823 | .564 | . | .949 |

#### Scale Statistics

| Mean   | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|--------|----------|----------------|------------|
| 117.27 | 281.193  | 16.769         | 40         |

## Uji Linieritas

### Prokrastinasi \* Efikasi Diri

ANOVA Table

|                                 |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig. |
|---------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|--------|------|
| Prokrastinasi *<br>Efikasi Diri | Between Groups | (Combined)               | 21175,699      | 32  | 661,741     | 2,658  | ,000 |
|                                 |                | Linearity                | 12282,188      | 1   | 12282,188   | 49,331 | ,000 |
|                                 |                | Deviation from Linearity | 8893,511       | 31  | 286,887     | 1,152  | ,298 |
|                                 | Within Groups  |                          | 21660,626      | 87  | 248,973     |        |      |
|                                 | Total          |                          | 42836,325      | 119 |             |        |      |

### Measures of Association

|                                 | R     | R Squared | Eta  | Eta Squared |
|---------------------------------|-------|-----------|------|-------------|
| Prokrastinasi *<br>Efikasi Diri | -,535 | ,287      | ,703 | ,494        |

## Prokrastinasi \* Dukungan Sosial

ANOVA Table

|                                    |                |                          | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig. |
|------------------------------------|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|--------|------|
| Prokrastinasi *<br>Dukungan Sosial | Between Groups | (Combined)               | 22950,142      | 43  | 533,724     | 2,040  | ,003 |
|                                    |                | Linearity                | 11694,090      | 1   | 11694,090   | 44,692 | ,000 |
|                                    |                | Deviation from Linearity | 11256,052      | 42  | 268,001     | 1,024  | ,455 |
|                                    | Within Groups  |                          | 19886,183      | 76  | 261,660     |        |      |
|                                    | Total          |                          | 42836,325      | 119 |             |        |      |

### Measures of Association

|                                    | R     | R Squared | Eta  | Eta Squared |
|------------------------------------|-------|-----------|------|-------------|
| Prokrastinasi *<br>Dukungan Sosial | -,522 | ,273      | ,732 | ,536        |

## Regression

### Model Summary

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | ,564 <sup>a</sup> | ,318     | ,306              | 15,804                     |

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Efikasi Diri

### ANOVA<sup>b</sup>

| Model |            | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig.              |
|-------|------------|----------------|-----|-------------|--------|-------------------|
| 1     | Regression | 13611,996      | 2   | 6805,998    | 27,248 | ,000 <sup>a</sup> |
|       | Residual   | 29224,329      | 117 | 249,781     |        |                   |
|       | Total      | 42836,325      | 119 |             |        |                   |

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Efikasi Diri

b. Dependent Variable: Prokrastinasi

### Coefficients<sup>a</sup>

| Model           | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig. |
|-----------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
|                 | B                           | Std. Error | Beta                      |        |      |
| 1 (Constant)    | 171,709                     | 10,771     |                           | 15,941 | ,000 |
| Efikasi Diri    | -,631                       | ,228       | -,327                     | -2,771 | ,007 |
| Dukungan Sosial | -,308                       | ,134       | -,273                     | -2,307 | ,023 |

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

